

ان ذلك نوع من السخف فماذا يقبدا لاضراب
عن الطعام في تعويض ما رب ضائقة لاسبيل
الى الحصول عليها ؟

كيف تناول طعامك وانت مطمئن

الزراعة الطبية والصحية

وما أجمل تلك الأيام التي كان يأكل فيها الإنسان تباروقه دون أن يشغلها إذا كان الطعام جوعاً أم لا ؟ لم يكن الزين الذي أطلق منه العبارة مجرد نقد لثقافة تناول الطبخ والطعام وإنما كان رئيس ذلك الاجتماع نفسه البروفسور



يوم واحد فقط

وتعدنا جاء دور الشاب ذي المصطف
 الداكن دفع رسالة للمصطف الجالس في
 شباك البريد وقال (يا زيد البسجل) . واخذ
 المصطف استمارة وسجل عليها شيئا ومهرها
 بساتم البريد ثم اعطاه اياها فدفن هذا الرسوم
 وضى . ولما غادر دائرة البريد عرف بأنه
 قضى الامر وان الوقت قد حان للتصرف لانه
 قطع على نفسه خط الرجعة ولم يبق امامه
 مجال للعودة ثانية .
 لقد فكر اسامح طويلا في الامر بعد ان حرك
 دقائيق خطته حي على الثانية الواحدة فقد
 احس كل شيء بواسطة الساعة المؤقتة
 واحكم خطه بالضبط . ووصل الى الجني
 الكبير الذي كان يسكن فيه حوالي الساعة
 الخامسة بعد الظهر وكان يعمل في يده حزمة
 من الجرائد والكب وفي اليد الاخرى كيسا
 شفافا يحتوي على علب محفوظات وخيولين
 وضرب على شباك الباب وقال له : (كم
 الساعة الآن ؟) فخرج هذا ساعته من جيبه
 بتكلمه كبر . وقال (الساعة الخامسة)
 وبدأ الشاب بعمله متذوقا الى شقته
 فخرج من درج مكتبه عليه صهينة من
 الكلاتيون وفرغ ما فيها من اعقاب ورماد
 سجاثر في قاعة فطرة . ثم قنع غلب
 المحفوظات التي احضرها معه وقسم الخبز الى
 قطع صغرة وشرع في توزيع الكب والجرائد
 فوق الطاولة الصغيرة الموجودة بجانب فراشه
 فوق المكتب .

يد» . وقد أشوق في هذا الاجتماع علماء
الهندية وربات البيوت ومثاؤ الصالحة
حدث في الاجتماع فضلا عن الدكتور
أوت عدة علماء من ألمانيا وسويسرا
كانت المناقشات التي أقيمت تلمسك
حاديث مقصدة بالحوية والفكاهة .
لقد دار الحديث حول ضرورة تناول
الغذاء يختلف عن ذلك النوع الذي كانت
تأخذ جديتها . على الرغم من أن ذلك
أعلم أن كانت له طية . وفي أثناء الاجتماع
أحد العلماء من دولة الدار التي لاتجيد
التي تسبب في الاضرار بقدره زوجها
الاتاج وعقلت على قول البروفسور
مدى مندوبات اتحاد ربات البيوت قويا
السيدات يلطعن مايرون لازاجين
من ينظرن مقابل ذلك الشاء والمديح
ازواجه !
وأكدت إحدى مستشارات التغذية
والنظفـة .

يتخلص اجيباني شرح الغذاء المصري
ت بان الاوراج الشباب في المانيا
يريدون ان ياكلوا من ايشى زوجاتهم
ى ماكانت تطعمهم اياه امهاتهم
ماذا كان ياكل اجدادنا ولكن لماذا
ب ان ناكل غدا ماكان ياكله اجدادنا ؟
الاجابة على هذا السؤال مسالة بسيطة
نا تعيش في عصر متطلباته تختلف عن
البلات عصرهم .
وقد استمع في هذا الصدد كافة الحاضرين
لاجماع الى بعض الاقتطاعات من مؤلفات
هيبوقراط . و«جان» اللذين عثيا في
اضرتين الافرقية والرومانية يبحث
اقل التغذية . ولاتسي ان هم « علي
يوم» في ذلك الوقت كان ينحصر في
استماع بتناول مختلف صنوف الاطعمة
واولة الالاحاب الرياضية والاعتناء
مال اجسامهم وتديلک اجسادهم حتي
اولوا بصفة دائمة في حالة من التوازن
فسي والجسدي .
ويتما نجد ان هيبوقراط قد اعمل
الشعب فلم يشراط له اطعمه نجد

اليوم قمة خطورة تتجم من تناول كميات زائدة عن الحاجة من الطعام او من العلاج عن طريق الصوم غير السليم .
وما يثير على الدهشة اننا لانجد مثلاً حالات تسمم ناتجة من مجرد قلة الفيتامينات في الجسم وانما اينما من وجودها بمقادير كبيرة تزيد عن حاجة الجسم .
ومن مشاهير علماء التغذية الدكتور ماكس بيليان يوشير ينر الذي توفي عام ١٩٣٩ عجزاً وراءه بحثاً مستفيضاً في العلاج بواسطة الاطعمة اللائجة الماخوذة من الطبيعة مباشرة من ! ومن ذلك انه كان يجامع مرضى الدوسنتاريا بواسطة عصير التفاح ولقد حقق الدكتور ينر نجاحاً كبيراً في طريق منهجه هذا مما جعل اقاربه من الاحياء يدعونه للمصاح الكيفي في عالم الطب واحياناً كانوا يلتقيونه به وليام تل الطب الحديث وليم تل هو بطل رواية الشاعر الانكليزي شيلر الذي كانت له صولات وجولات

ولعل الطب الحديث بحاجة الى الكثير من امثال يقلح حرورة من الارتياب الشديد بالنظريات التي كثيرا ما تغرق في علاج الحالات الفردية .
وغيرها الاغذية يتصفون بتناول الاطعمة في جو هادي جميل تطرب له النفس فان ذلك مما يساعد على حسن هضم واستفادة الجسم بمحتوياتها . ذلك ان الطعام دلالة نفسية مرتبطة بالغفوة الاولى لدى كل منا فنحن نرضع من اقدامنا ثم نأخذ اجسادنا وامن قوتنا معا . اذن اقبال الرضيع على صدر امه لا يعني مجرد حاجته الى تغذية توتر تاجم عن الجوع وانما قد يكون تاجما عن احساس بعدم الاين وطلب حماية الام الامر الذي لا تستطيع بعض الامهات تشبعه عندما يبكي الرضيع شديدا الى صدر امه .
... ثم اذا حصل على مرامه واقبلت الام على ترضيعه لا يلبث بعد برة أن يرفض تناول الطعام . فربح الشيء

تمنع الام طفلها خاصة في الايام الاولى من عمره اقصي استطلاعها من الحب والحنان وان نعمة دائما بمشاعر الحب الطبيعي خاصة عندما نرضعها .. وكثيرا ما يبالغ الرضيع نفسيا بمجرد علاج الادواء النفسية التي تعاني منها امه ! فان الام التي تشكو من اضطراب نفسي قد تسبب شقاء طفلها وهزؤه عن الطعام بشكل قد يهدد حياته .. ويورثه الضعف الأمراض .

فاذا ما عولجت الام في احدي العيادات النفسية وعادت اليها القدرة هل التكيف السليم مع نفسها ومع بيتها وعلاج الرضيع تلقائيا من عزوفه عن الطعام ..

وليس من المستحيل على العلماء النفسيين تخدير ما يحبب بعض اليانغين من عزوف عن تناول الطعام والاضراب عنه سواء بطريقة مقصودة كالعالات الاعتصام مثلا ام لاسباب لاشعورية كما هو الامر في الامراض النفسية حتي ليدوبض المتمسكين بالقول بالانطقة

تواریخ جدیدہ عن اصل الحیاء

تتأدى الى الابحاث العلمية الاخيرة
مرت لمائة السنة الجيوفيزيائية تبين
أقوى وجه أرضنا تعود الى تاريخ
أقدم بكثير مما كان العلماء يقدرون
أن . وقد أجرى العلماء في بريطانيا
وغيرها أبحاثاً غريبة أكثر دقة
أما استطاع العلماء أن يفعلوا
الآن : وأجرى معظم هؤلاء تجاربهم
على أنواع الصخور وتكوينها السديمي
ويبين طبقاتها ورسوب هذه الطبقات
صخور كان العلماء حتى الآن
يظن بانها من الطحالب البحرية
ة . وأجرى الدكتور هورنغ دراسات
أول مرة . معدل تكوين الكاربون
الناتجة الى معدل الكربون ١٢ في
ر السديمية هذه .
لأننا نلعد أهمية علمية كبيرة إذ
ل العلماء اليوم مثل هذا المعدل
ن الذي يسير على نمط مشابه ومماثل

واستطلاع العلماء ان يستخرجوا الاحماض
شحمية مصنوعة من مخور عمرها يقارب
نصف مليار عام .

ويقول بعض علماء الفلك ان المجرة
التي ارضنا احدثوا فيها قد تكونت من غاز
الكون وغبار . منذ عشر مليارات من السنين .

افضل سيجار
في هذا وفي العالم

AGIO




 المكتبة العامة
 في المملكة الأردنية الهاشمية
 محلات البيع الجبيلات
 شارع الملك حسين - عمان - ٥٦٠

كوكبان الى الفضاء
لاستطلاع التيازك الصغيرة الطائرة
 واشنطن- جامن واشطن والنابلات
 المتحدة تنظم في اواخر العام القادم
 اطلاق كوكبين الى الفضاء لنشرا اجنحة
 من امامت الالومنيوم لاستطلاع التيازك
 الصغيرة الطائرة .

هذا وقد اكدت وكالة الملاحه الجوية
والفضاء الاميركية رسيا ان عملية اطلاق
مركبة فضائية تحمل رجلا قد ارجئت بعد
ان كان مقررا القيام بها في الثاني
ديسمبر القادم .

مراسلة صحف - اعلانات - نشر - توزيع

دوفه کارو
چشم انواع آکسوزیتات و سیدی کریم
قهوه و شای و برطیاق

OLYMPIA
1977
BUFFET GRILL

صفة الملك

قيل لبعض الحكماء من يصلح ان يكون ملكا ؟ قال : من ملك نفسه عن الشهوة والغضب ، واستعمل العدل في حقوق ربه والكرم في حقوق نفسه ، ورضي من الناس ان يصفوه ، والزم نفسه الجود عليهم

نبات ياكل حيوانا

قال: ابن قتيبة: بلاد فارس نباتا يعرف

باسم (زهرة بليس) له اوراق حادة تتحد
الى خياشيم الحيوان وتطيق عليها ولا تدمر
حتى يقع الحيوان ميتا . ثم يمتص النبات
دمائه وعناصر جسمه ليتغذى بها
واذلك كانت زهرة الشيطان احسن سما
للارض ، لانها تحتوى على مواد كيمياوية
استمدتها من اجسام الحيوانات التي قتلته

A Queen
all the world
acknowledges



Queen & Scots

HIGHLAND QUEEN
SCOTCH WHISKY
Blackwood & Co. Ltd.
DUNDEE & LONDON
ESTD 1842

الوكلاء - علات الیاس الجیبت
عمان - شارع الملك حسین تقون ۲۲۵۶۰

بيت ومخازن للايجار
 بيت مؤلف من شقين مروض للايجار كل شقة مؤلفة من ٣ غرف نوم
 وصالون وغرفة طعام واقع على طريق السلط مقابل رئاسة الدفاع المدني .
 كما يوجد مخازن للايجار .
 المراجعة مع هاتف (٢٢٧٦٥) عمان .

اعطى و

4711

Eau de
Cologne

٤٧١١

الكولونيا الألمانية الشهيرة



في سنة ١٧٩٢ صنعت لأول مرة
كولونيا (٤٧١١) الأصلية
وما تزال حتى الآن تصنع
حسب التركيبة السرية
الأصلية ، وقد عبت شهرتها
العالم تجمع بطراوتها ،
وتقاوتها ، وشبابها وما
يمتد في النفوس من
نشوة واتشاش .
انظروا للاخوين ،
واستعملوها آتت فهي
الطريق المثالي للجل
العالم .

N. R. PARIS A. 1972

استأنفت امريكا تجار بها النووية تفجير قنبلة تحت الارض بصحراء نيفادا

واشنطن - بومبي - اعلمت هيئة الطاقة الذرية الامريكية اول امس من العودة لاستئناف التجارب النووية تحت الارض بصحراء نيفادا حيث جرى تفجير قنبلة نووية بقوة تفجيره من ٢٠ ألف طن وتقل عن مليون من المواد شديدة الانفجار وهذه التجربة هي الاولى في عام ١٩٦٣ .

والمعروف ان الرئيس كيني كان قد امر في اوائل العام الحالي بالاستعداد بتفجير يوم ١٢ الجاري .

لاستئناف هذه التجارب بعد قطع الروس للمحادثات الثلاثية لخطر التجارب وما لبث الرئيس الاميركي ان امر بوقف هذه الاستعدادات يوم ٢٦ كانون الثاني المنصرم .

اتساءل العودة لاستئناف المفاوضات هذا واستعد الولايات المتحدة لاجراءات التجارب النووية في الجوف فوق المحيط الهادي وهي التجارب التي اختتمت في شهر تشرين الثاني الماضي .

والمعروف ان امريكا ستشارك في المحادثات الثلاثية لخطر هذه التجارب بتفجير يوم ١٢ الجاري .

احصاء للراديو والتلفزيونات

عمان - صرح مصدر مسؤول في وزارة المواصلات بان الوزارة ستقوم باحصاء دقيق للراديو والتلفزيونات في المملكة لضبط عملية تصدير الرسوم التي تستوفيها الحكومة على هذه الاجزء وعلم ان الوزارة ستقوم بتعيين عدد من الاشخاص برواتب مقطوعة تكون مهمتهم تحصيل هذه المبالغ .

اجتماع - بقيه

محامي الاعيان والنواب وسادة رئيس الديوان الملكي والوزراء والقائد العام للقوات المسلحة .

وصرح السيد رئيس الوزراء بان اجتمع جلالات الاجتماع مدوالات في الشؤون العامة .

اعدام الجنود - بقيه

وفي قال ان بعض الجنود المذنبين في اليمن اخذوا بنفوسهم عن خدمهم على التدخل في شؤون اليمن بصم اذان ويطعن انوف الجنود المهربين الذين يعون في اسرهم . وقد امر عبد اناصر بعدم اعادة هؤلاء المشوهين الى مصر وقتلهم في الميدان .

هل نفي نسومي الى باريس؟

التجاء ١٤ طائره و ٦٠٠ جندي من كاتنغا الى انغولا

نص مشروع القانون - بقيه

باريس - وصل الى باريس امس قادما من روديسيا الجنوبية المسق دويس تنويي رئيس حكومة اقليم كاتنغا .

وقد صرح تنويي للصحفيين بان جاء الى باريس للمعالجة الطبية وفي ان تكون لديه اية تية لتشكيل حكومة في المنفى . ولم يذكر تنويي المدة التي سيمضيها في فرنسا ولكنه قال انه سيعاود الى روديسيا بعد زيارته للعاصمة الفرنسية .

ومن جهة اخرى ذكرت وكالة رويتر في بابا من لسيوة ان اربع عشرة طائرة تابعة لسلح الجو الكاتنغي هبطت في مطارات انغولا وطلب ملاحو هذه الطائرات منهم حق اللجوء السياسي .

وذكرت الوكالة كذلك ان اكثر من ستماية جندي من درك كاتنغا عبروا الى الحدود الى انغولا بعد ان جردتهم القوات البرتغالية في انغولا من سلاحهم .

ملحق موازنه بلدية الخليل

الخليل - اقرت بلدية الخليل ملحقا لموازنة العام المالي الحالي بمبلغ ٤٠ دينار .

وستنق هذا المبلغ لتنفذ مشروع مياه المدينة .

النشرة الجوية

عمان - يكون الجو اليوم بين دافئ وجوي ومعتدل مع احتمال سقوط زخات محلية من المطر احيانا في المنطقتين الشمالية والغربية من البلاد وخاصة بعد الظهر .

وتكون الرياح ما بين الشمالية الغربية والغربية الخفيفة الى المعتدلة مع هبات نشطة احيانا .

المادة (٣) تلقي المادة التاسعة من القانون الاصل وبمستأض عنها بما يلي :

المادة (٩) تشكل محكمة التمييز في عمارة من رئيس وفي ستة قضاة على الاقل تتعهد :

١ - كمحكمة تمييز حقوقه وجوائبه من رئيس واربعه قضاه على الاقل .

٢ - كمحكمة عدل عليا من رئيس وقاضيين على الاقل .

٣ - اذا انقضت المحكمة من قاضيين واختفى في الراي اثناء المحكة او عند اعطاء القرار النهائي فيدور رئيس المحكمة قاضيا قائما للاشتراك في المحاكمة من المرحلة التي وصلت اليها الدعوى وتبلي بحضوره للمعاملات السابقة .

٤ - تشمل احكام هذه المادة ايضا القضايا الملقة التي لم يدا باستماع اليه فيها .

المادة (٣) تلقي المادة التاسعة من القانون الاصل وبمستأض عنها بما يلي :

المادة (٩) تشكل محكمة التمييز في عمارة من رئيس وفي ستة قضاة على الاقل تتعهد :

١ - كمحكمة تمييز حقوقه وجوائبه من رئيس واربعه قضاه على الاقل .

٢ - كمحكمة عدل عليا من رئيس وقاضيين على الاقل .

٣ - اذا انقضت المحكمة من قاضيين واختفى في الراي اثناء المحكة او عند اعطاء القرار النهائي فيدور رئيس المحكمة قاضيا قائما للاشتراك في المحاكمة من المرحلة التي وصلت اليها الدعوى وتبلي بحضوره للمعاملات السابقة .

٤ - تشمل احكام هذه المادة ايضا القضايا الملقة التي لم يدا باستماع اليه فيها .

٥ - اذا انقضت المحكمة من قاضيين واختفى في الراي اثناء المحكة او عند اعطاء القرار النهائي فيدور رئيس المحكمة قاضيا قائما للاشتراك في المحاكمة من المرحلة التي وصلت اليها الدعوى وتبلي بحضوره للمعاملات السابقة .

٦ - تشمل احكام هذه المادة ايضا القضايا الملقة التي لم يدا باستماع اليه فيها .

٧ - اذا انقضت المحكمة من قاضيين واختفى في الراي اثناء المحكة او عند اعطاء القرار النهائي فيدور رئيس المحكمة قاضيا قائما للاشتراك في المحاكمة من المرحلة التي وصلت اليها الدعوى وتبلي بحضوره للمعاملات السابقة .

٨ - تشمل احكام هذه المادة ايضا القضايا الملقة التي لم يدا باستماع اليه فيها .

٩ - اذا انقضت المحكمة من قاضيين واختفى في الراي اثناء المحكة او عند اعطاء القرار النهائي فيدور رئيس المحكمة قاضيا قائما للاشتراك في المحاكمة من المرحلة التي وصلت اليها الدعوى وتبلي بحضوره للمعاملات السابقة .

١٠ - تشمل احكام هذه المادة ايضا القضايا الملقة التي لم يدا باستماع اليه فيها .

لن تحالف - بقيه

تصالح بين روسيا وباكستان وبريطانيا في يوم من الايام ضد الصين الشيوعية .

وكان المسق غروشوف يتحدث اثناء مقابلة له امس في الكرملين مع احصا صاحب الصحف الكنديين وقد استبعد الويسم السوفياتي فكره قيام قوة اوروبية ثالثة كما يدعو الى ذلك الرئيس الفرنسي ديغول وادعي ان الاتحاد السوفياتي اقوي من جميع القوي والتكتلات واعلى المسق غروشوف انه لا توجد اسلحة ذرية سوفياتية في كوبا ومضي يقول ان القوات السوفياتية الموجودة في الجزيرة تقوم بتدريب الجيش الكوبي على استخدام الاسلحة السوفياتية الحديثة .

هذا واعلى المسق غروشوف امس ان الاتحاد السوفياتي يريد الاحتفاظ بعلاقات ودية مع فرنسا ولكنه يستكر بشده معاهدة الصداقة التي عقدت اخيرا بين فرنسا ومانيا الغربية .

وقد وردت هذه الملاحظة على لسان غروشوف في برنامج تلفزيوني اذيع امس الاول من موسكو بمناسبة الذكرى السنوية العشرين لمعركة ستالينغراد .

ودعا غروشوف في سياق حديثه الى ازالة اثار الحرب الاخيرة عن طريق توقيع معاهدة لصالح مع المانيا ببطريا .

المحكمة العالي - بقيه

اذ تنهي في ذلك اليوم مدة سجنه وهي ثلاثة اشهر .

والزعيمان الاخران هما عبد الله الاصنع السكرتير العام لمؤتمر اتحاد النقابات في عدن وادريس هبلا .

وقد حكم على الاول بالسجن سنة واحدة وعلى الثاني بالسجن تسعة اشهر .

لحم

ورق التواليت الذي يشلب جميع الطبقات .

السعر ٤٥ فلسا

منع اوروبا

مرحلة حاسمة بالنسبة لقضية كشمير توقع تقسيم المقاطعة بين الهند وباكستان

كراتشي - صرح فاطق باسم الزيد الاكستاني في المحادثات الباكستانية الهندية لتسوية ازمة كشمير مسرج في كراتشي امس بان هذه المحادثات تسير وصلت الى مرحلة حاسمة في الوقت الحاضر وقال ان باكستان تتوقع من الهند ان توضح خطتها حول تقسيم منطقة كشمير بين البلدين وان تتقل المحادثات من مرحلة المبادئ الى الخطط العملية .

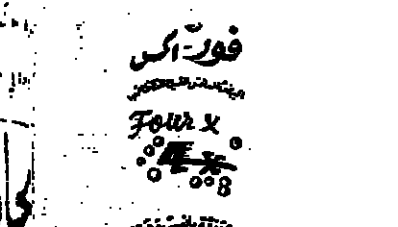
واضاف يقول ان باكستان قد طلبت من الهند امس مقترحات ثابتة وواضحة بشأن تقسيم كشمير .

مؤتمر نوع - بقيه

المقرر ان تعقد وقود الدول المحايدة في المؤتمر اجتماعا مساء يوم الاثنين القادم لدراسة اعمال المؤتمر والخطط التي سيتم بحثها اثناء انعقادها .

ومن المتوقع ان تعقد هذه الدول

للتفكير من الدول النووية بالوصول الى اتفاقية لخطر التجارب النووية في اسرع وقت ممكن .



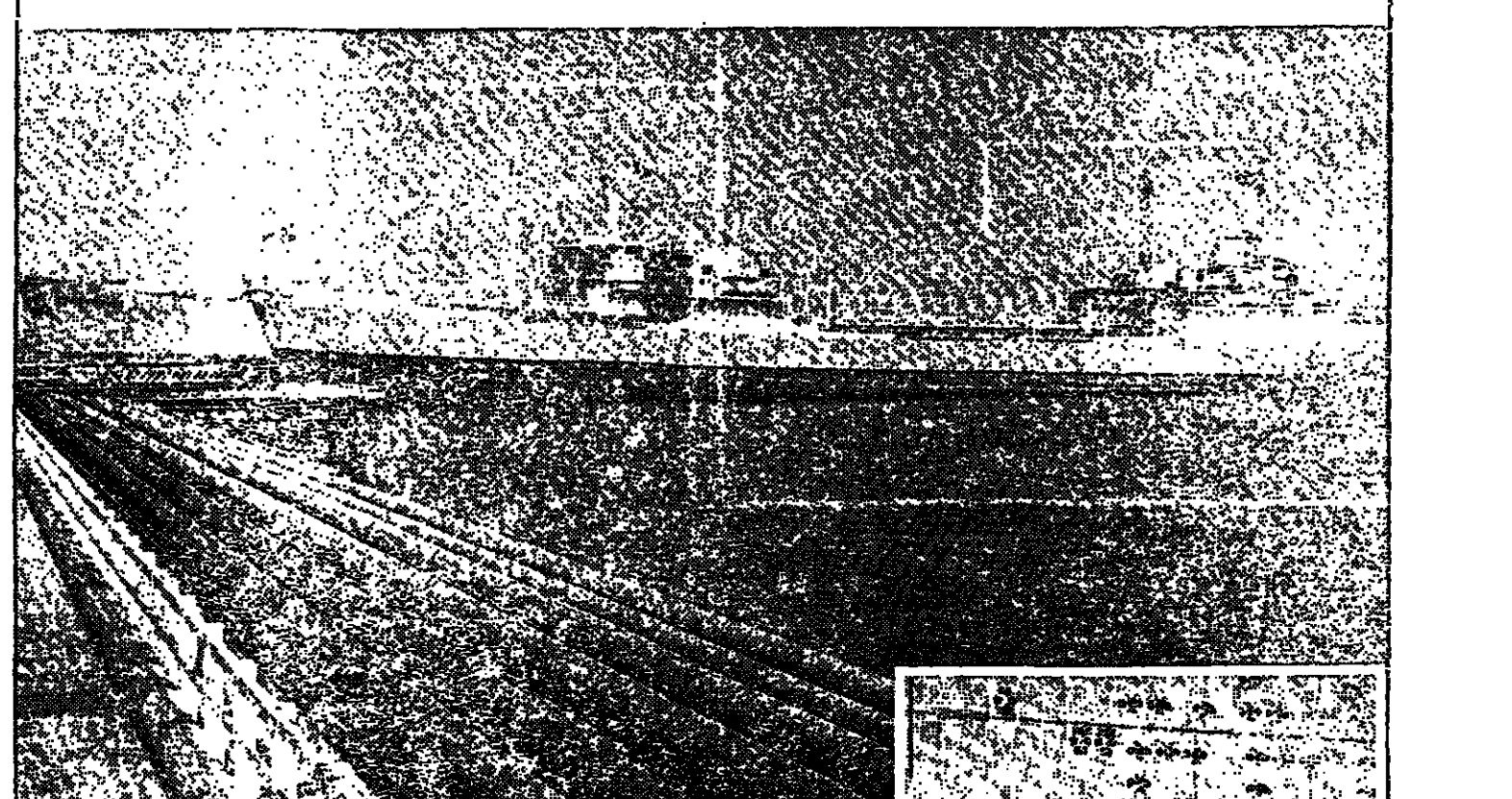
أشهر ويلي في العالم
GILBEY'S
Scotch Whisky
Gin

البريد السريع للفضيلة والموظفين العبيد
Four X
4

فور-اكس
المبيض السحري للفضيلة والموظفين العبيد
Four X
4
المواد السحري للفضيلة
يزيد الملابس بياضا ناصعا لا يضاهي
FOR BLEACHING THE WASH
AND EASY WASHING

الوكلاء الوحيدون للمملكة الأردنية الهاشمية
محللات الياس البخيت
تلفون: ٢٢٥٦٠ - عمان

رجال الارامكو



حبسك ان تحرك مفتاح التحويل حتى يتدفق الزيت - بكميات جسيمة تقدر بالآلاف الياميل - من خزانات التخزين الى بطون ناقلات البترول الراسية في مصب الارامكو بميناء رأس تنورة .

ذلك انه قبل ان ينساب الزيت الى قلب باخرة من ناقلات البترول ، فان مفاتيح التحويل المسيرة الكترونيا تفتح صمامات في انابيب التحميل لتبدأ من ثم عدادات تدار الكترونيا بتسجيل كميات الزيت المتدفقة في خزانات الباخرة .

وما السيد سالم بن عبد الله بن سالم (انظر الصورة) الا واحد من مهرة العمال المتقدمين في مركز ضخ الزيت الخام في رأس تنورة . فلقد تدرج السيد سالم منذ التحاقه بالارامكو في عام ١٩٥٣ في عدة اعمال وتقلب في وظائف شتى منها اشتغاله قياسا متدريا وخفيرا مرافقا على رصيف التحميل ومشغلا في حقل الخزانات .

هذه الخبرة السابقة مضافا اليها مثابته وانكبابه ساعات وساعات على النورس والتحصيل في مراكز التدريب الصناعي التابعة للشركة . . . كل هذا قد اكسب سالما المعرفة والخبرة والمهارة اللازمة لنقل الزيت من خزانات التخزين الى ناقلات البترول .

شركة الزيت العربية الامريكية - الظهران - المملكة العربية السعودية